

# Le sentiment de sens et de but à la vie au Canada, octobre à décembre 2021

Diffusé à 8 h 30, heure de l'Est dans *Le Quotidien*, le mercredi 30 mars 2022

Au Canada, environ 6 personnes sur 10 âgées de 15 ans et plus ont déclaré éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie, selon de nouvelles données tirées de l'Enquête sociale canadienne (vague d'octobre à décembre 2021).

La pandémie de COVID-19 a eu des répercussions importantes sur le bien-être personnel des Canadiennes et Canadiens. Par exemple, [la santé mentale s'est détériorée dans le contexte de la pandémie de COVID-19 et, en juillet 2021, elle n'avait pas encore retrouvé les niveaux affichés avant la pandémie](#). De même, [la satisfaction à l'égard de la vie était nettement moins grande en juin 2020 par rapport à 2018](#).

[La santé mentale et la satisfaction à l'égard de la vie ont enregistré des reculs semblables au Royaume-Uni au cours de la première année de la pandémie](#). Une autre dimension du bien-être personnel, le « sentiment de sens et de but à la vie », a également connu un léger recul en 2020 au Royaume-Uni. Avoir un sentiment de sens et de but à la vie, fort et positif, signifie avoir l'impression que les choses accomplies dans la vie sont utiles. Au cours de l'année 2020, les importantes perturbations du marché du travail et les restrictions relatives aux interactions sociales ont pu contribuer au sentiment selon lequel les choses faites dans la vie n'étaient plus aussi utiles qu'elles le semblaient auparavant.

La présente diffusion montre les premiers résultats portant sur le sentiment de sens et de but à la vie au Canada, lesquels ont été mesurés durant la période d'octobre à décembre 2021. Ces résultats serviront de point de référence important pour suivre l'évolution du sentiment de sens et de but à la vie des Canadiennes et Canadiens dans le futur.

## Les femmes sont proportionnellement plus nombreuses à faire état d'un fort sentiment de sens et de but à la vie

À la fin de 2021, 59 % des personnes âgées de 15 ans et plus habitant dans les provinces canadiennes ont déclaré éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie, c'est-à-dire qu'elles ont indiqué avoir fortement l'impression que les choses qu'elles font dans la vie sont utiles. Cette proportion était de 61 % chez les femmes et de 57 % chez les hommes.

Le sentiment de sens et de but à la vie est mesuré dans le cadre de l'Enquête sociale canadienne à l'aide de la question suivante : « Sur une échelle de 0 à 10, où 0 correspond à "Pas du tout" et 10, à "Entièrement", dans quelle mesure pensez-vous que les choses que vous faites dans votre vie sont utiles? ». Dans le cadre de la présente étude, les réponses de 8, 9 ou 10, signifient éprouver « un fort sentiment de sens et de but à la vie ».

## Les proportions de personnes éprouvant un fort sentiment de sens et de but à la vie sont plus élevées en région rurale et au Québec

Les personnes vivant en région rurale (69 %) étaient plus susceptibles d'estimer que les choses qu'elles font dans la vie sont utiles que les personnes vivant en région urbaine (58 %).

À l'échelle des provinces, c'est au Québec que la proportion de personnes ayant déclaré éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie était la plus élevée; durant la période d'octobre à décembre 2021, environ les deux tiers (67 %) des Québécoises et Québécois ont indiqué avoir l'impression que les choses qu'ils font dans la vie sont utiles. Après le Québec, le sentiment de sens et de but à la vie était le plus fort dans les provinces de l'Atlantique (61 %), suivies de l'Ontario (58 %), des Prairies (56 %) et de la Colombie-Britannique (53 %). Les résultats obtenus



pour le Québec sont cohérents avec diverses statistiques sur le bien-être personnel qui révèlent que [les Québécoises et Québécois ont déclaré une santé mentale et une satisfaction à l'égard de la vie relativement plus positives en 2019 et 2020](#).

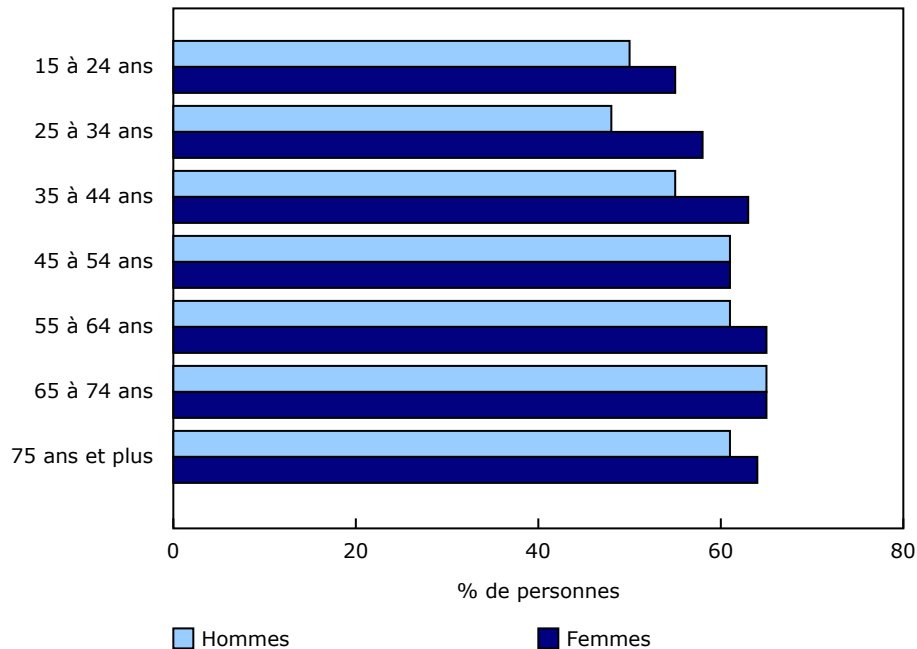
## Le fait d'éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie augmente généralement avec l'âge

Le fait d'éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie diffère en fonction du groupe d'âge. Plus particulièrement, les personnes âgées étaient proportionnellement plus nombreuses à déclarer ressentir un fort sentiment de sens et de but à la vie.

En effet, d'octobre à décembre 2021, près des deux tiers des personnes de 65 à 74 ans (65 %) ont dit éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie, comparativement à un peu plus de la moitié des personnes de 15 à 24 ans (52 %). D'autres recherches pourraient permettre de savoir si d'autres caractéristiques des personnes âgées, comme le fait d'avoir des petits-enfants, d'occuper un emploi, d'avoir des loisirs, de participer régulièrement à des activités ou de faire du bénévolat, ont une influence sur leur sentiment de sens et de but à la vie.

### Graphique 1

#### Le fort sentiment de sens et de but à la vie, selon le genre et le groupe d'âge, personnes âgées de 15 ans et plus, 2021



**Note(s)** : La différence entre les hommes et les femmes est statistiquement significative ( $p < 0,05$ ) parmi les groupes d'âge suivants : « 25 à 34 ans » et « 35 à 44 ans ».

**Source(s)** : Enquête sociale canadienne — Bien-être, travail non rémunéré et temps passé en famille, 2021 (5354).

## Les personnes en couple sont proportionnellement plus nombreuses à déclarer éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie

Les personnes vivant en couple (64 %) (c.-à-d. les personnes mariées ou vivant en union libre) étaient plus susceptibles de déclarer ressentir un fort sentiment de sens et de but à la vie que celles ne vivant pas en couple (52 %) (c.-à-d. les personnes célibataires, séparées, divorcées ou veuves).

---

Par ailleurs, une proportion plus faible de personnes vivant seules (51 %) que de personnes vivant avec au moins une autre personne (60 %) ont déclaré éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie.

D'autres recherches pourraient permettre d'examiner ces différences en fonction du type et de la taille de la famille. Par exemple, il est possible que certaines des différences s'expliquent par le groupe d'âge des adultes ou par la présence d'enfants au sein du ménage.

### **Moins de la moitié des Canadiennes et Canadiens LGBTQ2+ font état d'un fort sentiment de sens et de but à la vie**

À la fin de 2021, 40 % des personnes LGBTQ2+ (personnes lesbiennes, gaies, bisexuelles, transgenres, queer ou bispirituelles, de diverses identités de genre ou d'une autre orientation sexuelle) ont indiqué ressentir un fort sentiment de sens et de but à la vie comparativement à 61 % des personnes qui ne sont pas LGBTQ2+.

Plus précisément, si l'on examine les données selon l'orientation sexuelle, 48 % des personnes lesbiennes ou gaies et 40 % des personnes bisexuelles ont déclaré éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie. On dispose de trop peu de données concernant les personnes qui ont indiqué avoir une autre orientation sexuelle pour pouvoir les diffuser séparément.

Les différences entre les personnes LGBTQ2+ et les autres personnes peuvent s'expliquer en partie par la dynamique de caractéristiques comme le groupe d'âge, l'état matrimonial et la région géographique de résidence par rapport au sentiment de sens et de but à la vie. Par exemple, le groupe d'âge peut constituer un facteur, puisque les deux tiers des personnes qui ont déclaré être LGBTQ2+ étaient âgées de moins de 35 ans (66 %) comparativement à un peu moins du tiers de la population totale du Canada (31 %). De même, les personnes LGBTQ2+ sont plus susceptibles de vivre en région urbaine, où une plus faible proportion de Canadiennes et Canadiens ont déclaré avoir un fort sentiment de sens et de but à la vie.

### **Moins de la moitié des personnes ayant déclaré avoir une incapacité, une difficulté ou un problème de santé de longue durée indiquent éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie**

Les personnes ayant déclaré avoir une incapacité, une difficulté ou un problème de santé de longue durée étaient moins susceptibles de déclarer éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie. Dans l'ensemble, un peu moins de la moitié des personnes de 15 ans et plus ayant une incapacité, une difficulté ou un problème de santé de longue durée (49 %) ont déclaré ressentir un fort sentiment de sens et de but à la vie, comparativement à 67 % des personnes n'ayant pas d'incapacité, de difficulté ou de problème de santé de longue durée. Un peu plus du tiers des personnes ayant une condition d'ordre émotionnel, psychologique ou de santé mentale ont déclaré éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie (35 %).

### **Parmi les Canadiennes et Canadiens dont la santé mentale est passable ou mauvaise, moins de 3 personnes sur 10 déclarent avoir fortement l'impression que les choses qu'elles font dans la vie sont utiles**

Les personnes qui s'estimaient en bonne santé étaient plus susceptibles de déclarer ressentir un fort sentiment de sens et de but à la vie. Au cours de la période d'octobre à décembre 2021, plus de 7 personnes sur 10 ayant indiqué être généralement en excellente ou très bonne santé ont déclaré éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie (72 %). En revanche, chez celles qui percevaient leur santé comme étant passable ou mauvaise, la proportion correspondante était d'un peu plus de 3 personnes sur 10 (34 %).

Comme on pouvait s'y attendre, un lien étroit peut aussi être observé entre la santé mentale et l'impression que les activités de la vie sont (ou ne sont pas) utiles. En effet, parmi les personnes qui estimaient que leur santé mentale était excellente ou très bonne, près de 8 sur 10 ont déclaré éprouver un fort sentiment de sens et de but à la vie (79 %).

En revanche, 26 % des personnes ayant déclaré que leur santé mentale était passable ou mauvaise ont déclaré avoir fortement l'impression que les choses qu'elles font dans la vie sont utiles.

## **Le sentiment de sens et de but à la vie et la satisfaction globale à l'égard de la vie sont essentiels à une bonne qualité de vie**

Le fait d'avoir un fort sentiment de sens et de but à la vie va souvent de pair avec un niveau élevé de satisfaction à l'égard de la vie.

Plus de 8 personnes sur 10 ayant déclaré être très satisfaites de leur vie ont également déclaré avoir un fort sentiment de sens et de but à la vie (84 %).

Au Canada et dans le monde entier, le sentiment de sens et de but à la vie et la satisfaction à l'égard de la vie sont considérés comme des indicateurs clés du bien-être personnel. Au Royaume-Uni, où le sentiment de sens et de but à la vie est mesuré au moyen de la même question d'enquête, à laquelle les gens répondent par une cote sur une échelle de 0 à 10, la cote moyenne de sentiment de sens et de but à la vie était de 7,4 d'avril 2020 à mars 2021. Au Canada, la cote moyenne était de 7,2 à la fin de 2021.

## **Le sentiment de sens et de but à la vie et la satisfaction à l'égard de la vie sont des indicateurs clés du nouveau Cadre national de qualité de vie pour le Canada**

Statistique Canada, en partenariat avec le ministère des Finances Canada et le Secrétariat du Conseil du Trésor du Canada, dirige des travaux en vue de produire et de partager des données et des renseignements sur la qualité de vie au Canada. Restez à l'affût pour d'autres publications portant sur la qualité de vie et le bien-être au Canada.

Le sentiment de sens et de but à la vie est un indicateur du [Cadre de qualité de vie pour le Canada](#) récemment mis au point. Ce Cadre servira à déterminer les priorités stratégiques futures et s'appuiera sur des initiatives antérieures pour améliorer la prise de décisions et la budgétisation fondées sur des données probantes à l'échelle fédérale. La présente diffusion de données sur le sentiment de sens et de but à la vie est la première que fait Statistique Canada sur le sujet. Les données ont été recueillies dans le cadre de l'Enquête sociale canadienne pour combler les lacunes dans ce domaine, puisque Statistique Canada n'avait jamais recueilli ce type de renseignements par le passé.

Aujourd'hui, Statistique Canada lance également le Carrefour de la qualité de vie, un portail en ligne pour toute information liée au Cadre de qualité de vie. L'objectif du Carrefour est de rassembler des ensembles de données économiques, sociales et environnementales clés pour appuyer la mesure de la qualité de vie du Canada. Le Carrefour comprend des indicateurs, définitions, métadonnées et données relatifs à la qualité de vie ainsi que des communiqués et des produits de données pertinents. Aujourd'hui, Statistique Canada est heureux de partager une première version statique du Carrefour de la qualité de vie qui présente les 20 indicateurs principaux du Cadre qui ont pour but de fournir une évaluation de haut niveau de la qualité de vie au Canada.

### **Avez-vous des idées ou des suggestions de choses que vous aimeriez voir ajoutées au Carrefour?**

Visitez le [Carrefour de la qualité de vie](#) du Canada aujourd'hui et faites-nous part de vos idées et commentaires! Votre apport nous sera d'une aide précieuse pendant que nous mettons le Carrefour de la qualité de vie au point, en 2022 et au-delà.

## Note aux lecteurs

Les données figurant dans le présent communiqué proviennent de la troisième vague de l'[Enquête sociale canadienne — Bien-être, travail non rémunéré et temps passé en famille](#), dont la collecte s'est déroulée du 26 octobre au 7 décembre 2021. L'objectif du programme de l'Enquête sociale canadienne est de comprendre rapidement les enjeux sociaux en menant des enquêtes sur différents sujets, et ce, tous les trois mois. Statistique Canada tient à remercier toutes les personnes qui ont pris le temps de participer à l'enquête en cette période difficile.

Les résultats de l'Enquête sociale canadienne — Bien-être, travail non rémunéré et temps passé en famille fourniront des renseignements importants sur le travail rémunéré et non rémunéré, le temps passé en famille, les changements au sein du ménage, l'intention d'avoir des enfants et d'autres sujets, y compris la satisfaction à l'égard de la vie et le sentiment de sens et de but à la vie, lesquels sont des indicateurs clés de la qualité de vie. Les analyses produites fourniront des renseignements importants sur le bien-être des Canadiennes et des Canadiens et éclaireront les décideurs dans l'élaboration de programmes et de politiques qui répondront aux besoins de la population canadienne.

La population cible de cette enquête à participation volontaire comprend toute personne âgée de 15 ans et plus, ne résidant pas en établissement et vivant hors réserve dans l'une des 10 provinces canadiennes. Statistique Canada recueille les renseignements statistiques en invitant la personne à répondre par elle-même à un questionnaire électronique ou en demandant à un intervieweur de communiquer avec elle pour recueillir les renseignements au moyen d'une interview téléphonique assistée par ordinateur.

Les répondants ont été classés parmi la population LGBTQ2+ selon les renseignements autodéclarés fournis aux questions sur l'orientation sexuelle, le sexe assigné à la naissance et le genre actuel.

Les répondants à l'enquête ont été classés comme ayant un niveau élevé de satisfaction à l'égard de la vie si, en réponse à la question « Sur une échelle de 0 à 10, où 0 correspond à "Très insatisfait" et 10, à "Très satisfait", quel sentiment éprouvez-vous présentement par rapport à votre vie en général? », ils ont sélectionné les cotes 8, 9 ou 10.

**Tableaux disponibles :** [13-10-0843-01](#) à [13-10-0848-01](#) et [45-10-0048-01](#) à [45-10-0053-01](#) .

**Définitions, source de données et méthodes :** numéro d'enquête [5354](#).

L'infographie « [Le sentiment de sens et but à la vie au Canada](#) », qui fait partie de la série *Statistique Canada — Infographies (11-627-M)*, est maintenant accessible.

Le tableau de bord interactif « [Certains indicateurs de la qualité de vie au Canada](#) », qui fait partie de *Statistique Canada — Produits de visualisation des données (71-607-X)*, est également accessible. L'outil permet aux utilisateurs d'explorer les données de six indicateurs de qualité de vie, y compris le sentiment de sens et de but à la vie et la satisfaction à l'égard de la vie, par province ainsi que selon le genre, le groupe d'âge et d'autres caractéristiques sociodémographiques.

Pour obtenir plus de renseignements ou pour en savoir davantage sur les concepts, les méthodes et la qualité des données, communiquez avec nous au 514-283-8300 ou composez sans frais le 1-800-263-1136 ([infostats@statcan.gc.ca](mailto:infostats@statcan.gc.ca)), ou communiquez avec les Relations avec les médias ([statcan.mediahotline-ligneinfomedias.statcan@statcan.gc.ca](mailto:statcan.mediahotline-ligneinfomedias.statcan@statcan.gc.ca)).